

CAMPAÑA DE EDUCACIÓN SANITARIA DESDE LA OFICINA DE FARMACIA, EN PACIENTES CON EPOC: ¡RESPIRA TRANQUILIDAD!

Manuel Serrano/ María Pilar Ardanaz

Centro de Información de Medicamentos. Colegio Oficial de Farmacéuticos de Navarra.

La Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) es una enfermedad prevenible y tratable caracterizada por una limitación progresiva, crónica y poco reversible al flujo aéreo, como consecuencia de la exposición activa o pasiva a gases nocivos, principalmente al humo del tabaco.

Actualmente es la cuarta causa de muerte a nivel mundial, con una tasa de mortalidad de 449,22 por cada 100.000 habitantes en los varones y algo más de la mitad (238,47) en las mujeres. En nuestro país, aproximadamente el 1% de la población general padece EPOC, aumentando hasta el 10-20% en muestras de mayores de 40 años. La prevalencia para el grupo de 40-80 años es del 10,2% (un 90% de ellos son fumadores o exfumadores). Se acepta que el tabaco es el principal factor de riesgo y que puede afectar a un 20-25% de fumadores. Esta elevada prevalencia, unida a las comorbilidades asociadas y al gasto sanitario que supone (tratamiento farmacológico, hospitalizaciones, bajas, invalidez...), hacen de la EPOC un verdadero problema de Salud Pública.

Su detección en estadios precoces, junto con el abandono del hábito tabáquico, revierte en un mejor pronóstico. Estudios como IBERPOC¹ y posteriormente EPISCAN² han puesto de manifiesto el retraso en el diagnóstico de la EPOC y una elevada tasa de infradiagnóstico. Así, un 73% de los pacientes participantes en los estudios no habían sido diagnosticados, y la mayoría de los que se diagnosticaban ya se encon-

traban en estadios III y IV. Esta demora, junto con su carácter progresivo y poco reversible, hace necesario el diagnóstico precoz de la enfermedad. Además de ser un punto clave en las últimas guías de abordaje de la EPOC, esta preocupación queda reflejada en el Plan Estratégico Nacional donde se recoge la importancia de seleccionar poblaciones de alto riesgo, empleando en ellas pruebas diagnósticas que cumplan con los requisitos mínimos de sensibilidad, reproducibilidad y validación. Así, aconsejan sospechar de EPOC en individuos mayores de 40 años, con factores de riesgo como exposición al humo del tabaco (10 paquetes año), y que presenten síntomas compatibles con la enfermedad (tos, expectoración, disnea...)

Asimismo, en el tratamiento de las enfermedades crónicas como la EPOC resulta esencial una adecuada Educación Sanitaria, que facilite al paciente tanto los conocimientos como la ayuda necesaria para desarrollar habilidades que, en definitiva, le permitan mejorar su estado de salud y sobrellevar mejor su enfermedad.

La importancia del ejercicio físico, el abandono del hábito tabáquico y una adecuada nutrición son, entre otros, puntos críticos sobre los que el farmacéutico puede actuar a través de la Educación Sanitaria. Igualmente, es fundamental informar al paciente sobre los aspectos relevantes de su enfermedad (en qué consiste, evolución, síntomas principales...) y los medicamentos prescritos (composición, indica-

ción, posología y modo de administración) insistiendo, especialmente, en el correcto uso de los dispositivos de inhalación. Está comprobado que muchos pacientes no los utilizan correctamente, hecho que puede comprometer la efectividad de los fármacos, favorecer la aparición de efectos adversos y, en definitiva, empeorar el control de la enfermedad. El estudio TECEPOC³ concluyó que más del 90% de los pacientes con EPOC cometían errores en la técnica de inhalación de los medicamentos prescritos, así como que el entrenamiento bajo la orientación de personal cualificado mejoró significativamente el correcto uso de los inhaladores.

La intervención del farmacéutico resultará, por tanto, fundamental para favorecer y mejorar la adherencia al tratamiento en este grupo de pacientes.

En nuestra Comunidad, el Plan de Salud de Navarra 2014-2020⁴ establece la "Prevención y Atención a Enfermedades Respiratorias" como una de las doce estrategias prioritarias de salud que, a su vez, se despliega en forma de tres Programas: "Programa de Prevención y detección precoz de EPOC y Asma", "Programa de atención al Asma y EPOC" y "Programa de Rehabilitación Respiratoria y Deshabitación Tabáquica Avanzada". Además de la detección precoz selectiva de EPOC, estos planes incluyen acciones tales como la promoción del autocuidado por parte del paciente y la prescripción del ejercicio físico.

En este contexto, el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Navarra (COFNA), en el marco del convenio de colaboración con Laboratorios AstraZeneca, ha promovido el desarrollo y la implementación de esta campaña de Educación Sanitaria en las oficinas de farmacia de Navarra. Se trata de una iniciativa que cuenta, igualmente, con la colaboración del Servicio Navarro de Salud- Osasunbidea.

1. OBJETIVOS DE LA CAMPAÑA

1.1. Objetivo general

Promover la Educación Sanitaria en pacientes con EPOC mediante la intervención del farmacéutico y facilitar la detección de pacientes susceptibles de padecer esta enfermedad.

1.2. Objetivos específicos

- Dotar al paciente de conocimientos sobre su enfermedad y el tratamiento prescrito (tanto farmacológico como no farmacológico). Así como de los recursos y habilidades para el mejor control de la misma.
- Informar al paciente sobre los aspectos relevantes de su enfermedad: en qué consiste, evolución, síntomas de las reagudizaciones y medidas a realizar si se producen, etc.
- Identificar los posibles errores en el manejo de los dispositivos de inhalación, e instruir al paciente para la adecuada utilización de los mismos.
- Favorecer la adherencia al tratamiento.

- Promover hábitos de vida saludable en pacientes con EPOC como abandonar el hábito tabáquico, incorporar el ejercicio físico a la rutina diaria, mantener una alimentación adecuada, etc.

- Sensibilizar y concienciar al paciente sobre la importancia de la prescripción del ejercicio físico para el mejor control de su enfermedad.

- Identificar a la población susceptible del cribado para la detección precoz de EPOC, de acuerdo con los criterios establecidos por el Servicio de Neumología del CHN.

- Administrar el cuestionario validado de cribado (COPD-PS), según los criterios establecidos por el Servicio de Neumología del CHN, y aconsejar al paciente la consulta con su médico, en función de los resultados.

2. ENTIDADES PARTICIPANTES

- Departamento de Salud del Gobierno de Navarra.
- Laboratorio AstraZeneca.
- Colegio Oficial de Farmacéuticos de Navarra y aquellas oficinas de farmacia que deseen participar.

3. POBLACIÓN DIANA

En la campaña se distinguen dos poblaciones diferenciadas:

- Pacientes residentes en la Comunidad Foral de Navarra diagnosticados de EPOC.

- Pacientes residentes en la Comunidad Foral de Navarra, susceptibles de desarrollar EPOC.

4. DESARROLLO DE LA CAMPAÑA

4.1. Sistemática de participación

En la campaña participan todas las oficinas de farmacia de Navarra. La sistemática de participación se desarrollará en función de las dos poblaciones diana citadas anteriormente.

4.1.1. Pacientes diagnosticados de EPOC:

A través del servicio de dispensación y más concretamente de dispensación de inhaladores, el farmacéutico identificará a los pacientes diagnosticados de EPOC.

La Educación Sanitaria en este grupo de pacientes consistirá fundamentalmente en informarles sobre los aspectos relevantes de su enfermedad (causas, síntomas, evolución...), así como del tratamiento farmacológico prescrito (composición, indicación, posología...) y, especialmente, de la importancia de utilizar correctamente los dispositivos de inhalación. Para ello comprobará si el paciente conoce el dispositivo y si la técnica inhalatoria es la adecuada, corrigiendo posibles errores e instruyéndole sobre su uso correcto si fuera necesario. Como refuerzo, contará con fichas informativas de cada uno de los inhaladores disponibles en el mercado que podrá entregar impresas al paciente. (Figura 1)

FIGURA 1: DISPOSITIVOS DE INHALACIÓN COMERCIALIZADOS EN ESPAÑA

INHALADORES EN CARTUCHO PRESURIZADO (ICP)		CARTUCHO A PRESIÓN®				
INHALADORES POLVO SECO (IPS)	IPS MONODOSIS	AEROLIZER	BREEZHALER®	HANDIHALER®		
	IPS MULTIDOSIS	ACCUHALER®	EASYHALER®	ELLIPTA®	TURBUHALER®	
		GENUAIR®	NEXHALER®	SPIROMAX®	TWISTHALER®	
INHALADOR DE VAPOR SUAVE		RESPIMAT®				

En el ámbito del tratamiento no farmacológico, los objetivos de la intervención farmacéutica se centrarán en promover hábitos de vida saludable, incluyendo consejos sobre pautas de alimentación y vacunas aconsejadas y, especialmente, la importancia de abandonar el hábito tabáquico. Fumar es la principal causa de padecer EPOC y está comprobado que su retirada, en cualquiera de los estadios, repercute directamente en la mortalidad y la evolución de la enfermedad.

Asimismo, teniendo en cuenta que la realización de ejercicio físico de forma reglada repercute directamente en la mortalidad de estos pacientes y constituye uno de los pilares básicos en el tratamiento de la EPOC, es fundamental concienciarles sobre la importancia de la prescripción del ejercicio físico para el mejor control de su enfermedad.

4.1.2. Pacientes susceptibles de padecer EPOC:

El farmacéutico identificará, en el servicio de dispensación, a la población susceptible del cribado para la detección precoz de EPOC, aplicando los criterios de inclusión/exclusión establecidos por el Servicio de Neumología del CHN:

- mayores de 40 años.
- fumadores o ex-fumadores.
- que presenten síntomas como tos o disnea.

Quedan excluidos los pacientes diagnosticados de EPOC, asma u otras enfermedades respiratorias.

A continuación informará sobre la posibilidad de determinar si puede padecer la enfermedad, mediante un sencillo cuestionario. Si el paciente muestra su conformidad, el farmacéutico administrará el cuestionario de cribado validado (COPD-PS) (Miravittles M et al. Med Clinic 2012). Siguiendo los criterios establecidos por el Servicio de Neumología del CHN, si la puntuación obtenida es igual o superior a 4, el farmacéutico aconsejará al paciente que consulte con su médico para su valoración.

El cuestionario está dividido y precortado en dos partes, una para entregar al paciente anotando el valor final y otra que conserva el cuestionario, y que se remitirá sellado al COFNA para su posterior análisis estadístico.

4.2. Formación acreditada para los farmacéuticos

Con el objetivo de ofrecer al farmacéutico la información suficiente y la capacitación adecuada para facilitar su intervención en este grupo de pacientes, así como promover su participación activa en la campaña, el COFNA organizó el curso de formación: "Intervención en pacientes con EPOC desde la oficina de farmacia".

A lo largo de las sesiones se abordaron aspectos tales como la epidemiología, clínica, diagnóstico y tratamiento de la EPOC, la importancia de la actividad física y del adecuado uso de los dispositivos de inhalación, entre otros temas.

Se llevaron a cabo 3 ediciones del mismo en Pamplona, Tudela y Santesteban, actuando como ponentes el Dr. Javier Hueto Jefe del Servicio de Neumología, la Dra. Pilar Cebollero, Jefa de la Sección de Actividad Ambulatoria del Servicio de Neumología y el Dr. Francisco Campano, Médico Adjunto del Servicio de Neumología, todos ellos pertenecientes al Complejo Hospitalario de Navarra (CHN). Por su parte Manuel Serrano, farmacéutico del CIM del COFNA, presentó la campaña, detallando el desarrollo y la sistemática de participación de las farmacias en la misma.

5. MATERIALES DE LA CAMPAÑA

Para el desarrollo de la campaña se han elaborado los siguientes materiales:

- Folletos y carteles informativos para la difusión de la campaña.
- Pack cuidaEPOC, material de apoyo a la educación sanitaria que incluye:
 - Fichas informativas de cada uno de los dispositivos de inhalación disponibles en el mercado.
 - Ficha de tratamiento de pacientes con EPOC.
 - Ficha de ejercicio físico recomendado.
- Cuestionario de cribado validado COPD-PS (Miravittles M et al. Med Clinic 2012).
- Información técnica para los profesionales: Boletín de Actualidad Terapéutica (BAT).
- Todos los materiales y la información de la campaña están disponibles en la parte privada de la web del COFNA, a la que es posible acceder bien a través del "banner" habilitado en la página principal o directamente en la parte privada: **CIMI/Campañas sanitarias/ ¡RESPIRA TRANQUILIDAD!**

CAMPAÑA DE EDUCACIÓN SANITARIA ¡RESPIRA TRANQUILIDAD!

Conoce todo sobre la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC)

El siguiente cuestionario será administrado por su farmacéutico si no está diagnosticado de ninguna enfermedad respiratoria y:

- Tiene más de 40 años.
- Fuma o ha fumado en el pasado.
- Tose varias veces al día la mayoría de los días.
- Se fatiga al hacer ejercicio físico.
- Se despierta tosiendo con flemas y mucosidad.

Este cuestionario es totalmente anónimo y, en ningún caso, se cederán los datos a terceras personas para su posterior utilización o difusión.

En esta encuesta se le hacen preguntas sobre usted, su respiración y su capacidad para realizar algunas actividades. Para contestar la encuesta, marque con una X la casilla que describe mejor su respuesta a cada una de las preguntas que aparecen a continuación.

1. Durante las últimas 4 semanas, ¿cuántas veces sintió que le faltaba el aliento?

Nunca	Pocas veces	Algunas veces	La mayoría de las veces	Todo el tiempo
<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 2

2. ¿Alguna vez expulsó algo al toser, como mucosidad o flema?

No, nunca	Sólo con resfriados o infecciones del pecho ocasionales	Sí, algunos días del mes	Sí, casi todos los días de la semana	Sí, todos los días
<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2

3. Durante el último año, ¿ha reducido sus actividades cotidianas debido a sus problemas respiratorios?

No, en absoluto	Casi nada	No estoy seguro/a	Sí	Sí, mucho
<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2

4. ¿Ha fumado al menos 1000 cigarrillos en TODA SU VIDA?

No	Sí	No sé
<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 0

5. ¿Cuántos años tiene?

De 35 a 49 años	De 50 a 59 años	De 60 a 69 años	De 70 en adelante
<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 2

Sume la puntuación de cada una de sus respuestas (anotando, a continuación, el número que figura al lado de cada una de ellas) y anote el resultado total.

Respuesta 1 ☐ + Respuesta 2 ☐ + Respuesta 3 ☐ + Respuesta 4 ☐ + Respuesta 5 ☐ = Resultado total ☐

Si el resultado es igual o mayor de 4 es probable que tenga enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). Consulte a su médico.
Si el resultado está entre 0 y 3 pero tiene problemas respiratorios consulte a su médico.

M. Miravittles et al / Med Clin (Barc). 2012;139(12):522-530

Para recortar y entregar al paciente

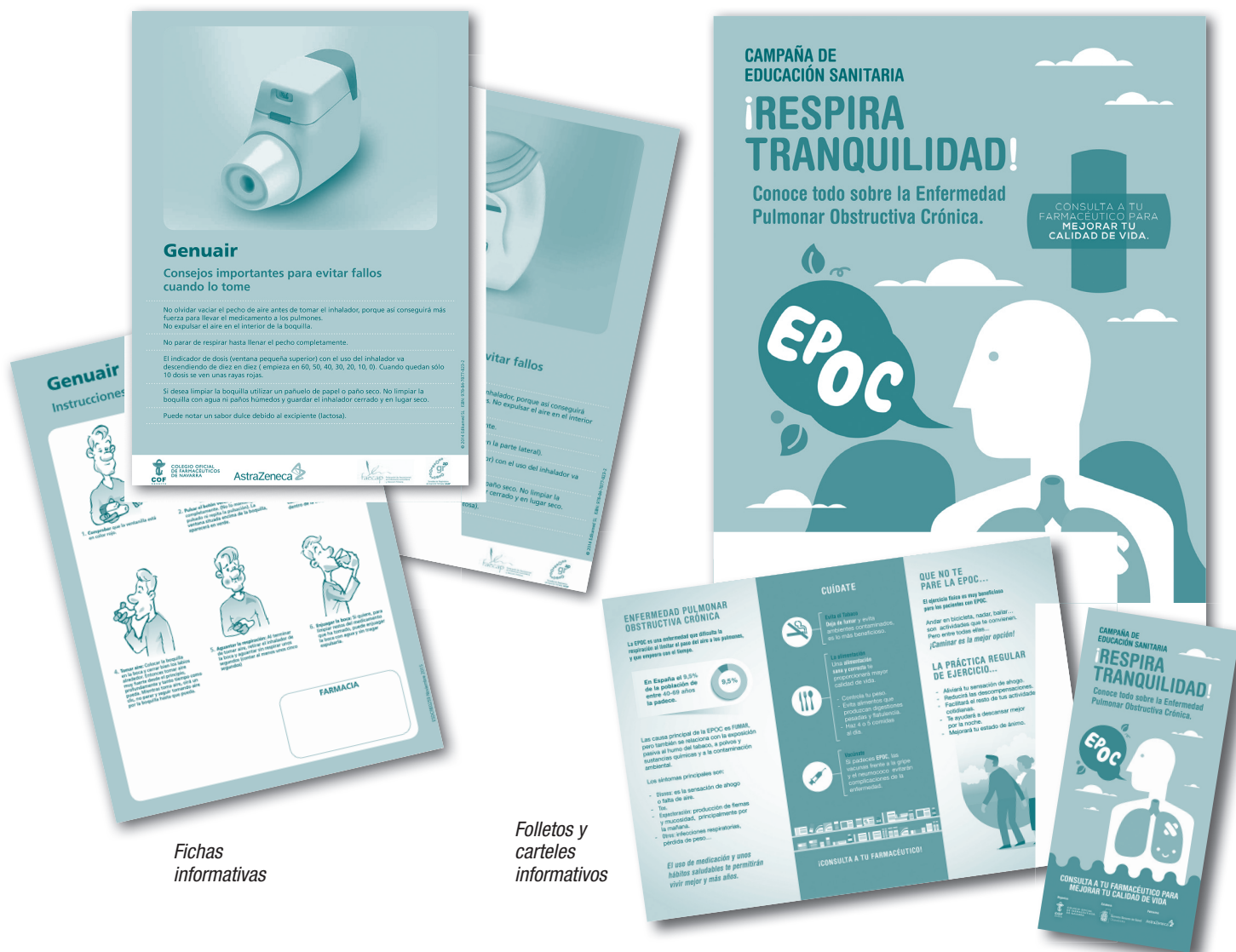
Farmacia y fecha

El paciente... ha obtenido una puntuación... en el cuestionario COPD-PS administrado dentro de la Campaña de Educación Sanitaria ¡RESPIRA TRANQUILIDAD!

Organiza: COFNA FARMACÉUTICOS DE NAVARRA

Colabora: Servicio Navarro de Salud

Cuestionario de cribado validado COPD-PS



Fichas
informativas

Folleto y
cartel
informativos

BIBLIOGRAFÍA

1. Sobradillo-Peña V, Miravittles M, Gabriel R, Jiménez-Ruiz CA, Villasante C, Masa JF, et al. Geographical variations in prevalence and under diagnosis of COPD. Results of the IBERPOC multicenter epidemiological study. Chest. 2000;118:981-9.
2. Miravittles M, Soriano JB, García-Río R, Muñoz L, Durán-Tauleria E, Sánchez G, et al. Prevalence of COPD in

Spain: impact of undiagnosed COPD on quality of life and daily life activities. Thorax. 2009;64:863-8.

3. Leiva-Fernández F, Leiva-Fernández J, Zubeldia-Santoyo F, García-Ruiz A, Prados-Torres D, Barnestein-Fonseca P. Efficacy of two educational interventions about inhalation techniques in patients with chronic obstructive pulmonary disease (COPD). TECE-

POC: study protocol for a partially randomized controlled trial (preference trial). Trials. 2012 May 21;13:64. doi: 10.1186/1745-6215-13-64.

4. Plan de Salud de Navarra 2014-2020 disponible en: <http://www.navarra.es/NR/rdonlyres/E0566B9B-2D62-423D-9EA6-72DB748E390A/303761/PLANDESALUD20142020versionfinalParlamento.pdf>

Centro de Información de Medicamentos

Farmacéuticos: M^a Pilar Ardanaz, Arantza Viamonte, Marta Irujo, Ana Conchillo, Manuel Serrano, Carlos Adanero
Teléfono: 948 222 111 (ext. 1) • **Fax:** 948 221 616 • **e-mail:** cimna@redfarma.org
Edita Colegio Oficial de Farmacéuticos de Navarra. c/ Navas de Tolosa, 19-3^o. 31002 PAMPLONA
Depósito legal NA-569/2003

Horario del CIM

Lunes a Viernes: de 8,30 h. a 19,30 h. ininterrumpido

Sábados: de 8,30 h. a 13,30 h.